



8. Lorsche Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Rüdiger, Kathrin

□□□: 1:24:32

□□: Lorsch

□□: 52

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 214 (of 294)

□□□□□/□: 40 (of 74)

□□□□□□: 1:03:24

□□□□:

Seniorinnen 1 (TW 40-44)

□□□□□: 15(of 20)

□□□□□□□: 1:13:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	11:30	0.00	10	2:06	32	4:27	0.50	11:30	0.00	13		75	3:00
Schwimmen □□□	0.50	11:30												
Rad	20.00	43:33	27.55	8	4:05	22	7:38	20.50	55:03	21.80	13		75	10:38
Rad □□□	20.00	43:33												
Lauf	5.00	29:29	10.18	19	10:37	61	10:37	25.50	1:24:32	17.74	15	11:06	40	21:08
Lauf □□□	25.00	1:24:32												